



الإدمان الإلكتروني

الطالبة : سيني فال
إشراف الدكتور: أحمد الدايدي

ما المقصود بالإدمان ؟

يعرف الإدمان بأنه حاجة قوية غير قابلة للسيطرة أو التحكم كتناول مادة معينة ، أو القيام بسلوك ما .



ماهو الإدمان الإلكتروني ؟

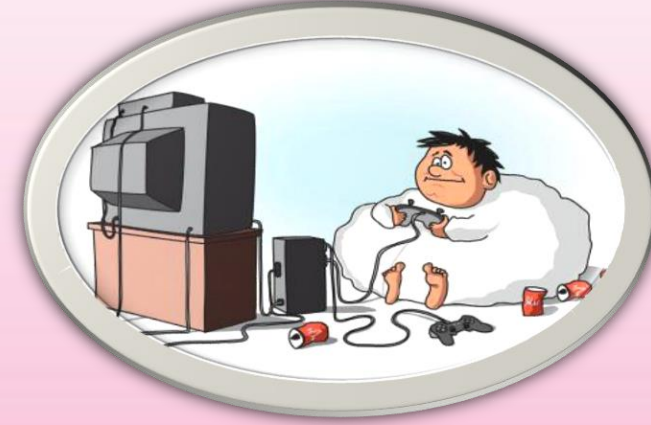
الإدمان الإلكتروني هو نوع من أنواع الاضطرابات التي يعاني منها بعض الأشخاص ، كما صنفها بعض الأطباء النفسيين ، والذي يوحى بالاستخدام القهري للانترنت وتصفح المواقع بشكل متواصل والاعتماد عليه في كافة الأمور الحياتية .



أنواع إدمان الإنترنت والتكنولوجيا



الألعاب الإلكترونية



وسائل التواصل الاجتماعي



الرسائل النصية



نسبة انتشار الإدمان الإلكتروني

أكدت بعض الدراسات ارتفاع نسبة ممن يعانون من الإدمان الإلكتروني في الولايات المتحدة وأوروبا إلى 8% من عدد السكان ، ويؤثر إدمان التكنولوجيا على 38% من عامة السكان .



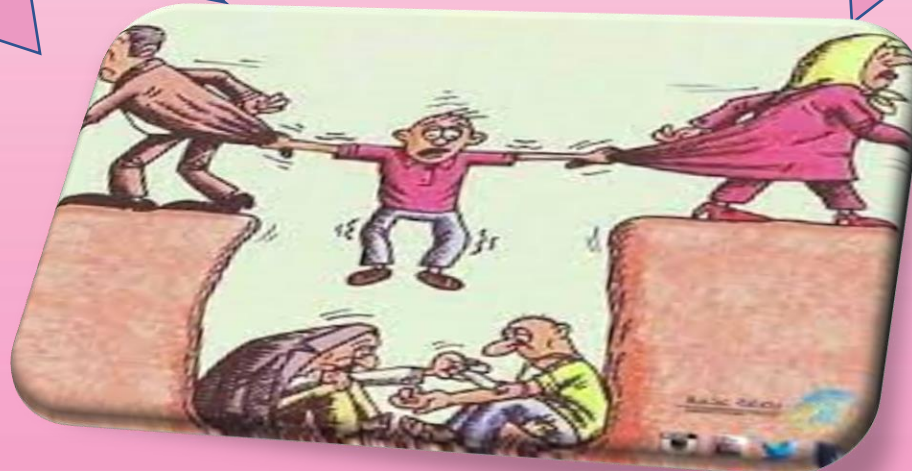
أسباب الإدمان الإلكتروني

- ❖ توفير السرية والخصوصية التامة لمن يبحثون عن السرية ، وتفريغ الرغبات المكتوبة.
- ❖ الفراغ والملل الذي يدفع الأشخاص في البحث عن ملاذ يلجأون إليه للتخلص من أوقات الفراغ.
- ❖ انتشار الألعاب الإلكترونية الحديثة ، وقضاء البعض من الساعات المتواصلة على الانترنت .
- ❖ توجه البعض ممن يعانون بعض الاضطرابات النفسية مثل القلق والاكتئاب ، وافتقارها إلى الدعم العاطفي ، واللجوء إلى الانترنت لسد هذه الحاجة .

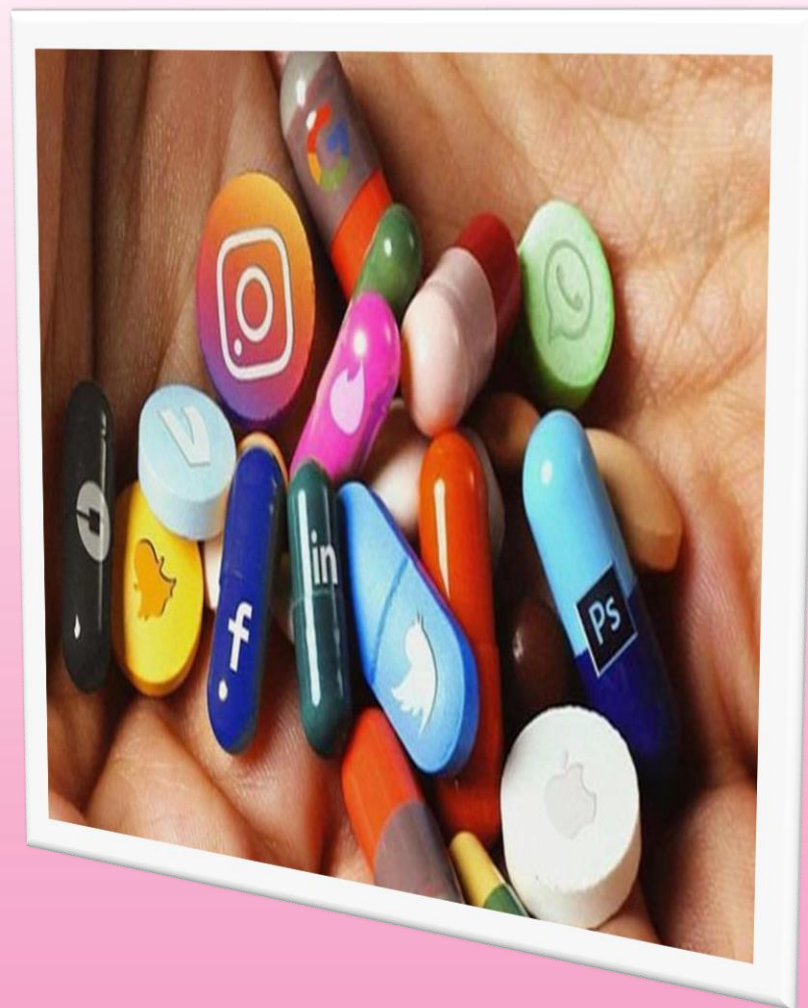
أسباب إدمان الأطفال على الألعاب الإلكترونية

المشاكل الأسرية التي
تجعل الطفل يهرب منها
بالتصفح على الانترنت
، دون تحقيق أي
أهداف .

إهمال الأب والأم وعدم
الاهتمام بواجباتهم
والتمارين وممارسة
بعض الرياضات .



ماهي علامات إدمان الالكترونيات والانترنت؟





| علامات إدمان الالكترونيات النفسية | علامات إدمان الالكترونيات الجسدية |
|-----------------------------------|-----------------------------------|
| الشعور بالذنب | ألم في الظهر |
| القلق والارتباك | الصداع المتواصل |
| عدم الأمانة | زيادة الوزن أو فقدانه |
| العزلة الاجتماعية | الاضطرابات في النوم |
| عدم الاهتمام بالوقت | التشويش في الرؤية |

آثار إدمان الإنترنت على المجتمع والفردي:

لاشك أن آثار إدمان الإنترنت يشكل خطر كبير على كافة أشكال المجتمع ، وتؤدي إلى الانحراف والسلوكيات الخاطئة ، خاصة فئة الأطفال والمراهقين وسيطرة الانترنت على النواحي الحياتية حتى أصبحت أمر واقع .





| آثار إدمان الأطفال على الأجهزة الإلكترونية | آثار إدمان التكنولوجيا على المراهقين |
|-----------------------------------------------------------|--------------------------------------------|
| إصابة الأطفال بمرض التوحد خاصة في السنوات الأولى | الانحراف الأخلاقي |
| زيادة العدوانية والعصبية بسبب الألعاب الإلكترونية العنيفة | التوجه إلى إدمان المخدرات |
| الضعف العام في النظر | العزلة الاجتماعية وعدم المشاركة مع الآخرين |
| ضعف القدرات العقلية لدى الطفل | اهمال الدروس والواجبات والرسوب في الدراسة |

مضاعفات إدمان التكنولوجيا:

الانترنت والامراض
العقلية

الإنترنت والعزلة
الاجتماعية

الاكتئاب والإدمان
على الانترنت



١٠ علامات تدل أنك تتعامل مع
مريض نفسي



دراسة عيسى الشمام عام 2006 بعنوان الدراسة : الشباب ومقاهي الانترنت .
تمت هذه الدراسة من طلبة السنة الأولى في كليتي التربية والعلوم بجامعة دمشق .

وأسفرت نتائج الدراسة :

- 1_ 72% من الشباب أفراد العينة يقضون في المقهى (1-3) ساعات أسبوعياً.
- 2_ 80-82% من أفراد العينة يرتادون مقاهي الإنترنت بقصد التسلية والترفيه وتبادل الرسائل مع الآخرين.
- 3_ 54-60% يفضلون الدخول إلى المواقع العربية.

كما أن التعرض للإشعاعات المنبعثة من جهاز الكمبيوتر، يؤدي إلى زيادة توتر القشرة المخية، وهذا ما يؤدي إلى قلة الانتباه ونقص التمييز (عبد المنعم الميلادي، 2003، ص 140). ففي عام 1997 رصد أكبر من عدد من الحالات التي تأثرت من إدمان ألعاب الفيديو في اليابان، فقد أصيب ما يقارب السبعمئة من الأطفال بنوع من الصرع، نتيجة لمنبه بصري ونتيجة لتعرضهم لفلاشات متلاحقة من الضوء المنبعث من الشاشة (عبد الهادي مصباح، 2004، ص 223).

وقد شهدت الإنترنت في السودان تطوراً ملحوظاً في السنين الأخيرة حيث ارتفع عدد المستخدمين للإنترنت من 30 ألف مستخدم في العام 2000 إلى حوالي 4 مليون و200 ألف مستخدم في العام 2009 أي ما نسبته حوالي 10% من السكان بحسب إحصائية موقع <http://www.internetworldstats.com/stats1.htm>.

وقد بينت دراسة حول تفاعل الشباب الإماراتي مع الانترنت أن دافع البحث عن المعلومات يمثل 60.3% يليه استخدام البريد الالكتروني بـ 58.1% ، التسلية 52.1%، المساعدة في المنهج الدراسي 51.2% ، البحث العلمي 44% الدردشة 36.6% . حيث تعد هذه النتائج مؤشر مهم على تصاعد الوعي لدى الشباب بأهمية استثمار محتويات الانترنت في الأغراض العلمية والبحثية والدراسية.

العلاج على الإدمان الإلكتروني:



- ممارسة الرياضة والقراءة والخروج للتنزه.
- تقسيم الوقت بين العمل والتواصل مع الأسرة.
- مراقبة الأطفال ومتابعتهم أثناء استخدام الانترنت.
- تواصل إيجابيا مع الطفل ومشاركته في الألعاب الغير الكترونية.

شكرا على حسن استماعك



اشكركم جميعا

من كل قلبي

المراجع:

1-الشماس، عيسى (2006) مجلة اتحاد الجامعات العربية للتربية وعلم النفس ،
جامعة دمشق، كلية التربية مجاد رابع ، العدد الأول.

- طاطاش سعيدة ، الانترنت شكل آخر للاتصال الاجتماعي ، الملتقى الدولي حول
سيكولوجية الاتصال والعلاقات الانسانية ، كلية الآداب والعلوم الانسانية ،
جامعة ورقلة، الجزائر ، أيام 20-21-22 مارس 2005.

3- الفتوخ، عبد القادر (2001) الإنترنت للمستخدم العربي، الرياض، مكتبة
البيكان.

المصدر: د. بلغيث سلطان دراسة ميدانية بجامعة تبسة >

<http://www.alnoor.se/article.asp?id=79804>

نشرت في 15 أغسطس 2011 بواسطة ahmedkordy

